

@H.N.SO_OYASUKI



HP

やすき通信

認知症の食支援～食べない、食べ始めない時の対応～

心筋梗塞で緊急入院し、治療を受けた後に施設に戻られたOさん。

入院先では認知症状が悪化し、食事が食べられなくなりました。施設に戻ってからも、食事は進まず、覚醒も悪い状態でした。

食事を見ても反応が悪く、介助に対しても拒否が見られる
嚥下機能自体は悪くないのに、食事に対する意欲がない

そんなOさんにせんべいを見せると、ニンマリと笑顔を見せ、「食べる」と受け取られました。

自ら袋を開封しパリパリと食べ始め、せんべいの後はチョコレートも食べられました。

おやつで食べるスイッチを入れ、続けて食事でも食べてもらう作戦！

認知の問題（先行期障害）で食事を食べない、食べ始めない原因は、、食事が分からない、食べていいのか分からない、食器の使い方が分からない、混乱している、集中できない等があります。

食事の認識を向上させ、食べるスイッチを入れるために私がよく試みることは、好きな食べ物を取り入れることです。また、目で見て認識しやすいもの（視覚刺激）、手で持って食べられるもの（触覚刺激）、味がしっかりしているもの（味覚刺激）、サクサクと食感があるもの（聴覚刺激）、食欲をそそる香り（嗅覚刺激）など、五感を刺激することも大事にしています。

利用者さんの食習慣や嗜好、どのような環境で食事を摂っていたのかを入念に情報収集することも必須です。その上で適切な介入ができるといいですね(*^^*)



看護師・日本摂食嚥下リハビリテーション学会認定士

藤中 雪子

ホッ とパック



皮膚内の末梢血管が拡張し血流は2倍以上！？ 深部の血流が増加するとの報告も！



物埋療法の中でも温熱療法には血管拡張作用による疼痛・筋緊張緩和効果、代謝亢進、リラックス作用があり、中でもその手軽さからホットパックはよく用いられています。

- ・温めることで皮膚内の血管が拡張し血流が増加
→疼痛物質が除去される（温熱刺激により痛覚の伝達抑制）・筋や靭帯などの軟部組織の伸張性が増大
- ・体温上昇による代謝率上昇・心身の緊張緩和

また、耳下腺や顎下腺への温熱刺激は継続的な唾液分泌量が増加すると報告されており、温熱刺激 20 分後からの食事開始が有効と示唆されています。さらに全身に対する温熱療法は、慢性疲労性症候群、睡眠障害、うつ病などの精神疾患にも効果的とされており、適用が広がっています。

自宅でもセルフケアとして行うことができます！

- ① 蒸しタオル…水で濡らしたタオルを軽く絞り電子レンジで加熱し、ビニール袋などに入れて熱が逃げないようにします。火傷の危険性があるため袋の上からタオルで巻いて患部に当てることをおすすめします。使用する時間は 15～20 分程度が目安です。
- ② 入浴…ぬるめのお湯（38～40℃）で、深く浸かってしまうと水圧の作用により心臓への負担が大きくなるため、みぞおちくらいまでの深さにしましょう。

理学療法士：高宮 舞

私の癒やし



去年5月に購入したパキラの木！


葉もたくさんついて大きく育っています。たまに水をあげる程度でお世話が楽なので、ズボラな私にピッタリ(^^♪ 緑があるのはリラックス効果を得られて、いいものです。春になったら寄植えでもしたいなと思っています。



看護師：TT

管理者こだまの一言

日毎に春の気配を感じる季節となりました。

3月は桜の時期 

お花見がてら、お散歩が気持ちいい季節です。

身体機能や持病、高齢などの理由で外出に不安を感じ、動く機会が減っていませんか？

気持ちのいい春の香りを感じるために一緒に外出を試みませんか？春を届けるお手伝いができたらと思っています(^^♪

管理者：児玉恵美子



医療法人優誠会 訪問看護ステーション穩 (やすぎ)

〒811-1324 福岡市南区警弥郷1丁目14-8 大長ビル 205号

TEL：092-589-3011 FAX：092-589-3021